

Kriya Yoga Nusantara

Kriya Yoga, Kundalini dan Hati

Posted on Mei 27, 2015



Hubungan antara Kundalini dan Kriya Yoga

Kundalini yoga bukanlah sebuah tehnik latihan tetapi adalah sebuah sistem, seperti hatha yoga tidak dapat dikatakan sebagai tehnik tetapi sistem. Kriya Yoga adalah salah satu bagian dari kundalini yoga; dan itu adalah sebuah tehnik praktek dan bukan sistem.

Kata Kundalini harus dijelaskan dengan benar. Menurut para penulis modern, Kundalini adalah ular melingkar, tetapi menurut Tantra, kata kunda berarti 'tempat yang dalam'. Ketika anda membuat api pengorbanan, anda membuat lubang persegi kecil di tanah di mana anda akan meletakkan api. Ketika api telah menyala, anda akan menawarkan persembahan, sehingga kata kunda secara harfiah berarti 'perapian yang ada di sebuah tempat yang dalam'. Kundalini adalah shakti; api adalah shakti. Kundalini Yoga adalah ilmu pengetahuan mengenai api di 'tempat yang dalam' tersebut. Dalam perapian yang dalam ini, api membakar bentuk potensi-potensi yang belum aktif. Ini adalah Kundalini yang tertidur. Api ini bukanlah api dalam bentuk fisik; namun itu dikenal sebagai api yoga, yang juga dihasilkan melalui pranayama. Api eksternal hanyalah simbol.

Kundalini yoga memiliki banyak tehnik, tidak hanya Kriya Yoga. Tapi tehnik Kriya Yoga adalah yang paling mudah, yang terbaik dan yang paling kuat. Selain itu juga, Kriya Yoga adalah yang paling cocok untuk semua orang, karena tidak disertai dengan keharusan pembatasan mengenai makanan, kebiasaan, kehidupan perkawinan, dll Dengan mengikuti jalan dari kundalini yoga dan berlatih Kriya Yoga, anda dapat membangkitkan kesadaran spiritual anda tanpa mengganggu aspek kehidupan anda yang lain. Sekalipun jika anda masih memiliki gairah, kecemburuan, kebanggaan dan prasangka. Juga jika mungkin anda masih hidup dengan depresi, kesenangan dan rasa sakit. Jangan jadikan hal-hal tersebut sebagai hambatan di jalan kebangkitan spiritual.

Dalam tehnik Kriya Yoga yang dipergunakan adalah jalur depan (frontal) dan jalur tulang belakang – arohan dan awarohan, mari kita memahami mengenai jalur-jalur tersebut :

Proses naik (arohan) dan turun (awarohan) berkaitan dengan kebangkitan prana shakti. Tidak ada jalur di dalam tubuh yang tidak menjadi jalan untuk prana. Dalam Kriya Yoga, proses ini dari Mooladhara sampai ke Bindu melalui jalur depan (frontal) dan dari Bindu ke Mooladhara melalui jalur tulang belakang.

Tujuan dari menciptakan jalur ini adalah untuk mengembangkan kesadaran diri yang terkonsentrasi dan intensif :

Kesadaran spiritual seseorang biasanya dapat menurun dan disipasi ini yang bertanggung jawab untuk pemborosan energi. Jika anda memiliki instalasi listrik dan dihubungkan ke seratus tape-recorder, dayanya tidak akan cukup, tetapi untuk satu atau dua tape saja mungkin akan cukup. Dengan cara yang sama, prana shakti yang didistribusikan di seluruh tubuh fisik, mental dan bahkan psikis, dibuat fokus hanya melalui satu saluran. Oleh karena itu, dengan praktek arohan dan awarohan, anda sedang menciptakan sebuah aliran energi kesadaran.

Kriya merupakan puncak semua ajaran yoga, karena Lahiri Mahasaya adalah seorang jenius yang seperti merampingkan seluruh proses. Dalam kundalini yoga tradisional, yang dilakukan biasanya adalah untuk mengarahkan kundalini dari Muladhara ke atas. Tapi Kriya melakukannya juga dari atas ke bawah untuk alasan tertentu. Mungkin memang agar untuk membuatnya menjadi lebih halus, dengan membangkitkan kundalini secara penuh hanya ketika jalur-jalur yang berada di atas telah terbuka, sehingga dapat mengarah lebih jelas ke tujuan setelahnya.

Kriya di Hati

Menariknya pengalaman yang mengatakan bahwa diperlukan untuk memohon dan membangkitkan kekuatan positif, kekuatan Bapa maskulin dari atas, untuk datang dan bersatu dengan Ibu kundalini di hati dalam pernikahan mistik. Jika tidak kundalini seperti kehilangan pengantin pria nya pada hari pernikahan; Dia menjadi marah dan bisa menyerang. Jadi, dengan cara membuka jalur atas, memungkinkan turunnya cahaya Kristus untuk bertemu dengan Kundalini dalam Hati, setelah simpul Muladhara telah dibuka. Lahiri Mahasaya juga mengatakan bahwa Kriya yang lebih tinggi akan diserap pertama-tama di Hati. Sepertinya Kriya adalah cara kebangkitan Kundalini yang paling aman.



Iklan

Bagikan ini:



Jadilah yang pertama menyukai ini.

Pos ini dipublikasikan di [Kriya Yoga](#), [Kundalini](#) dan tag [Apa kundalini](#), [babaji kriya yoga](#), [hati](#), [kriya yoga](#), [Kundalini](#), [lahiri mahasaya](#), [master ivan prapanza](#), [Paramahansa Yogananda](#), [pembangkitan kundalini](#). Tandai [permalink](#).

Kriya Yoga Nusantara

Buat situs web atau blog gratis di WordPress.com.